

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Томский государственный педагогический университет»
(ТГПУ)**

УТВЕРЖДАЮ

Декан ТЭФ

Е.В. Колесникова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Безопасность жизнедеятельности

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль): Физическая культура

Форма обучения: заочная

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) утверждена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности «01» сентября 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) одобрена учебно-методической комиссией факультета «01» сентября 2025 г.

1. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ (ОП)

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.03
1.1	Дисциплины (модули) и практики, содержательно связанные с данной дисциплиной (модулем):
1.1.1	История
1.1.2	Философия

2. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОП

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения
УК-10 Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности	ИУК-10.1 Понимает круг причин проявления коррупции, терроризма, экстремизма; идентифицирует формы их проявления; знает принципы, цели и способы противодействия коррупционному поведению, экстремистской и террористической деятельности ИУК-10.2 Способен оценивать коррупционные риски, экстремистские и террористические угрозы; демонстрирует способность противодействовать коррупционному поведению в профессиональной деятельности ИУК-10.3 Демонстрирует готовность осуществлять профилактические мероприятия по противодействию коррупции, терроризму и экстремизму на территориях субъектов Российской Федерации ИУК-10.4 Готов информировать органы государственной власти, местного самоуправления и общественность о коррупционных рисках, террористических и экстремистских угрозах на территории Российской Федерации	Знать: основы медицинских знаний и здорового образа жизни Уметь: правильно оценить ситуацию при различных видах отравлений, термических состояниях, травмах и оказать доврачебную помощь Владеть: практическими приемами по оказанию доврачебной помощи, навыками здорового образа жизни
УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	ИУК-8.1 Анализирует факторы, влекущие возникновение опасных (чрезвычайных) ситуаций ИУК-8.2 Разъясняет способы преодоления опасных ситуаций и предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций на рабочем месте и минимизации последствий от возможных чрезвычайных ситуаций ИУК-8.3 Разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций и демонстрирует владение приемами оказания первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях	Знать: способы защиты персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; меры профилактики травматизма, инфекционных и неинфекционных заболеваний; основы медицинских знаний и здорового образа жизни Уметь: создавать безопасную среду обитания и образовательную среду; обеспечить охрану жизни и здоровья обучающихся и персонала, идентифицировать опасности; правильно оценить ситуацию при различных видах отравлений, термических состояниях, травмах и оказать доврачебную помощь Владеть: способами предупреждения инфекционных и неинфекционных заболеваний, аварий, катастроф, стихийных бедствий; практическими приемами по оказанию доврачебной помощи, навыками здорового образа жизни

**3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ),
СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ И ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

№ п/п	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Всего часов	ПП
Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Национальная безопасность РФ.				
1.1	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Российская система предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях. Предмет и задачи дисциплины. Проблемы национальной и международной безопасности России /Лек/	8	1	–
1.2	Составить конспект по теме, написать контрольную работу: Силы и средства нацбезопасности; угрозы нацбезопасности РФ. Основные положения учебной дисциплины. Концепция приемлемого риска. Виды риска. Поражающие факторы чрезвычайных ситуаций. Человек как элемент системы «человек-среда». Виды национальной безопасности. Интересы национальной безопасности. Угрозы национальной безопасности. /Ср/	8	6	–
Раздел 2. ЧС природного характера и защита населения от их последствий.				
2.1	Стихийные бедствия, определение, классификация /Лек/	8	1	–
2.2	Составить конспект по теме: Шкала Бофорта, Оползни в г. Томске и области. Космические опасности. Биологические опасности /Ср/	8	8	–
Раздел 3. ЧС техногенного характера и защита населения от их последствий.				
3.1	Классификация ЧС техногенного характера /Лек/	8	1	–
3.2	Составить конспект по теме: Средства тушения пожаров и их применение; действия человека во время пожара; Виды ионизирующего излучения /Ср/	8	9	–
Раздел 4. Чрезвычайные ситуации социального характера. Криминогенная опасность. Зоны повышенной опасности, возникающие в повседневной жизни.				
4.1	Опасности, возникающие в повседневной жизни. Классификация социальных опасностей. /Лек/	8	1	–
4.2	Составить конспект и подготовить доклад по теме: Криминогенные опасности; Виды злоупотреблений. /Ср/	8	9	–
Раздел 5. Экономическая, информационная, экологическая и продовольственная безопасность. Защита прав потребителя, защита авторских прав.				
5.1	Экология жилища. Опасные и вредные факторы современного жилья. Универсальные принципы выживания. Обеспечение безопасности информационных и телекоммуникативных систем. Материальная основа национальной безопасности. Социальная защита населения. Реабилитация инвалидов. Товарный знак, знаки соответствия. продовольственная безопасность: ГМО, пищевые добавки /Пр/	8	1	–
5.2	Составить конспект по теме: Экономическая, информационная, продовольственная и экологическая безопасность. Защита прав потребителей. /Ср/	8	9	–
Раздел 6. Безопасные условия жизнедеятельности. Безопасность в быту				
6.1	Травмы в быту. Меры электробезопасности. Электромагнитное излучение бытовых приборов, влияние на здоровье СВЧ-излучения, мобильных телефонов и др. Химия в быту. Яды в доме. Опасность и безопасность растений и животных в доме. /Пр/	8	1	–
6.2	Составить конспект по теме: Профилактика детского травматизма и первая помощь. Оказание первой доврачебной помощи при открытых и закрытых повреждениях. Условия жизни в городе. Средства бытовой химии. Правила их использования. Домашняя аптечка. /Ср/	8	9	–
Раздел 7. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Здоровье населения Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы их вызывающие Характеристика детского травматизма. Биологические опасности: основы микробиологии, иммунологии и эпидемиологии.				
7.1	Физиологические основы здорового образа жизни. Социально-психологические аспекты здорового образа жизни. Безопасное питание. Биологические опасности. /Пр/	8	2	–

7.2	Составить конспект по теме: Общая характеристика инфекционного процесса. Подготовить доклад на одну из предложенных тем: Инфекции у детей школьного возраста, меры профилактики. Чрезвычайные ситуации биологического характера. Возбудители инфекционных заболеваний, носители инфекции. Действия населения при пандемии, эпидемии. ВИЧ-инфекция и профилактика. Профилактика теплового удара и солнечного удара. Биологически активные добавки, значение, употребление. Эрзац-продукты, значение для человека, употребление. Диетическое питание, в каких случаях применяется, требования. /Ср/	8	10	–
-----	---	---	----	---

Примечание: ПП – практическая подготовка.

4. ТРУДОЁМКОСТЬ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ, САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ФОРМАМ КОНТРОЛЯ

Объем в зачетных единицах: 2 з.е., в академических часах: 72 акад. час.

Формы контроля в семестрах:

зачеты 8

Вид занятий	Распределение по семестрам (в академических часах)							
	Итого				8			
	РУП		РПД		РУП		РПД	
	Всего	ПП	Всего	ПП	Всего	ПП	Всего	ПП
Лекции	4	–	4	–	4	–	4	–
Практические занятия	4	–	4	–	4	–	4	–
Самостоятельная работа	60	–	60	–	60	–	60	–
Промежуточная аттестация	4	–	4	–	4	–	4	–
Итого часов	72	–	72	–	72	–	72	–

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

5.1. Учебная литература *

№ п/п	Автор(ы), составитель(и)	Заглавие	Издательство, год, количество страниц
1	Низкодубова С. В., Легостин С. А., Седокова М. Л.	Основы медицинских знаний: учебное пособие	Томск: Изд-во ТПУ, 2015. – 251 с.
2	Арустамов Э. А.	Безопасность жизнедеятельности: учебник для бакалавров : электронный ресурс (https://e.lanbook.com/book/70657)	Москва: Дашков и К°, 2015. – 448 с.
3	Легостин С. А., Седокова М. Л.	Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие : электронный ресурс (http://fulltext.tspu.ru/OA/m2016-07.pdf)	Томск: Изд-во ТПУ, 2016. – 272 с.
4	Низкодубова С. В., Седокова М. Л., Чуфистова О. Н., ред. Низкодубова С. В.	Безопасность жизнедеятельности: практикум : электронный ресурс (http://fulltext.tspu.ru/LA/m2018-09.pdf)	Томск: Изд-во ТПУ, 2018. – 79 с.
5	Легостин С. А.	Безопасность жизнедеятельности: учебно-методическое пособие	Томск: Изд-во ТПУ, 2006. – 83, [1] с.
6	Юртушкин В. И.	Чрезвычайные ситуации : защита населения и территорий: учебное пособие для вузов	Москва: КНОРУС, 2008. – 362, [1] с.
7	Занько Н. Г., Ретнев В. М.	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности: учебник для вузов	Москва: Академия, 2008. – 287, [1] с.
8	Киселева Э. М., Русак О. Н., Беспамятных Т. А., ред. Михайлов Л. А.	Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности: учебное пособие для вузов	Москва: Академия, 2009. – 285, [1] с.
9	Хван Т. А., Хван П. А.	Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие : электронный ресурс (https://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=271593)	Ростов-на-Дону: Изд-во Феникс, 2014. – 448 с.

5.2. Перечень электронных образовательных ресурсов, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения учебной дисциплины (модуля) *

1	сайт издательства «Просвещение» (http://www.prosv.ru)
---	---

2	словари и энциклопедии (http://dic.academic.ru)
3	возможность поиска электронных книг (http://www.poiskknig.ru)
4	электронная библиотека учебников (http://studentam.net/)
5	каталог интернет-ресурсов (http://www.edu.ru)
6	сайт безопасность жизнедеятельности (http://www.bezzhhd.ru/)

5.3. Перечень программного обеспечения (лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в т.ч. отечественного производства), используемого при осуществлении образовательного процесса по учебной дисциплине (модулю)

Специального программного обеспечения не требуется.

* Примечание к разделу.

Дата обращения к электронным учебным изданиям (включая электронные издания из электронных библиотечных систем), электронным образовательным ресурсам, современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам совпадает с датой утверждения рабочей программы учебной дисциплины (модуля).

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

6.1. Учебная аудитория для проведения:

- занятий лекционного типа,
- групповых и индивидуальных консультаций,
- текущего контроля и промежуточной аттестации.

ОСНАЩЕНИЕ:

Учебная аудитория, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории, для проведения занятий лекционного типа, практических занятий (семинарского типа), курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Для проведения занятий лекционного типа обучающимся предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации.

6.2. Учебная аудитория для проведения:

- занятий семинарского (практического) типа.

ОСНАЩЕНИЕ:

Учебная аудитория с презентационным оборудованием (в т.ч. интерактивной доской), оснащенная учебной мебелью и укомплектованная средствами обучения по безопасности жизнедеятельности, в т.ч. халатом химической защиты, огнетушителями и стендами и витринами с демонстрационными материалами.

6.3. Помещения для самостоятельной работы обучающихся.

ОСНАЩЕНИЕ:

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные учебной мебелью. Рабочие места обучающихся оборудованы компьютерной техникой и подключены в локальную вычислительную сеть, в т.ч. с использованием беспроводного Wi-Fi подключения, с возможностью выхода в глобальную сеть Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду.

ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

Комплект свободно распространяемого программного обеспечения или проприетарного (коммерческого) программного обеспечения, включая

- браузер,
- просмотрщики pdf- и djvu-файлов,
- офисный пакет (в т.ч. текстовый процессор, табличный процессор, программа подготовки презентаций).

6.4. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Методические рекомендации для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)

В процессе самостоятельной работы, осуществляемой как в рамках аудиторных занятий (лекционных и семинарских), так и в ходе внеаудиторной работы, обучающиеся осуществляют следующие виды деятельности:

- анализ и осмысление представленных различных подходов и точек зрения на изучаемые проблемы;
- работа с раздаточным или презентационным материалами интерактивной доской (выполнение заданий);
- формулирование собственных оценочных суждений на основе сопоставления фактов и их интерпретаций для последующего выступления в ходе дискуссий;
- рецензирование обучающимися работ друг друга, оппонирование ответов на семинарах и рефератов;
- экспертные оценки выполненных одними группами обучающихся других (при использовании активных методов работы, а также деловых игр);
- выполнение творческих работ.

Результатом активной работы на лекциях являются выполненные конспекты учебной информации, составляющей содержание изучаемой дисциплины, а также выполненные в часы самостоятельной работы после лекции рефераты и другие задания.

Чтобы выполнить весь объем самостоятельной работы, необходимо заниматься не менее 3 часов еженедельно. Самостоятельные занятия потребуют интенсивного умственного труда, который необходимо правильно организовать. После изучения определённой темы по записям в конспекте и учебнику, а также ознакомления с положениями нормативных правовых актов, решения задач на практических занятиях и самостоятельно обучающемуся рекомендуется, используя вопросы для самоконтроля, воспроизвести по памяти определения, формулировки основных положений научной и учебной литературы, нормы законодательства.

**8. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО
КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

Представлены в Приложении.

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) составлена в соответствии с учебным планом, федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Разработчик(и) рабочей программы учебной дисциплины (модуля):
Легостин Сергей Альфредович, кандидат медицинских наук , доцент

**ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО
КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

Безопасность жизнедеятельности

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль): Физическая культура

Форма обучения: заочная